

صحيفة وقائع

نوفمبر/تشرين الثاني ٢٠١٠

الرصاص في مياه الشرب

ما هو الرصاص وكيف يصل إلى مياه الشرب؟

الرصاص معدن لئِن كان يستخدم في صنع الكثير من المنتجات، بما في ذلك مواسير المياه. وأحد الطرق الرئيسية التي يصل من خلالها الرصاص إلى مياه الشرب التي تستخدمها هي حين تكون ماسورة المياه القادمة من المصدر الرئيسي للمياه تحت الأرض لتغذي بيتك مصنوعة من الرصاص. وعادة ما يتم الإشارة لهذه الماسورة بأنها "خط خدمة من رصاص". إذا كنت تعيش في منزل تم بناؤه قبل منتصف الخمسينيات، فإنه من الممكن أن تكون ماسورة الخدمة خاصتك مصنوعة من الرصاص. لم يتم استخدام مواسير الخدمة من الرصاص في البنايات السكنية الكبيرة، فإذا كنت تسكن في شقة في بناية، فإن المواسير لن تكون من الرصاص.

هناك جزءان تتكون منهما مواسير خدمة المياه - الجزء الذي تمتلكه المدينة والمواسير التي تمتد من أول خط ملكيتك وتدخل إلى منزلك هي مسؤوليتك. وبناء عليه، فإن بلدية المدينة لا تستطيع عمل تغييرات إلا في الجزء الذي تمتلكه.

هل الرصاص ضار بالصحة؟

يمكن للرصاص أن يؤثر على الطريقة التي ينمو بها المخ والجهاز العصبي، لكن التأثير الأكبر يكون على الجنين والأطفال الرضع والأطفال دون سن السادسة. والأطفال الذين تقدم لهم أغذية بديلة عن اللبن مجهزة من ماء الصنبور القادم من مواسير خدمة مصنوعة من الرصاص يمكن أن يتعرضوا لأكبر قدر من الرصاص من مياه الشرب لأن ذلك هو المصدر الرئيسي لغذائهم. إذا كان جسم أي طفل يحتوي على الكثير من الرصاص، فقد يؤدي ذلك إلى قصر مدة الانتباه لديه، ومشاكل فكرية وفي السلوك.

كيف يمكن أن أعرف إذا كان لدي مواسير خدمة مياه من الرصاص؟

١. اعرف ما إذا كنت تعيش في منزل تم بناؤه قبل منتصف الخمسينيات، فإذا كان الأمر كذلك، فمن المحتمل أن تكون مواسير الخدمة مصنوعة من الرصاص. إذا كنت تملك منزلك، يمكنك أن تلقي نظرة على أوراق شراء المنزل. إما إذا كنت تستأجر المكان، فاسأل المالك.

٢. إذا كان هذا ممكناً، انظر للماسورة التي تغذي عداد المياه خاصتك. إذا كانت رمادية اللون، وتُخدش بسهولة ولا ينبعث منها صوت يدل على أنها مجوفة حين تنقر عليها برفق، فإنها قد تكون مصنوعة من الرصاص.

الإجراءات بالنسبة للأشخاص الذين يعيشون في منازل تم بناؤها قبل منتصف الخمسينيات

١. إذا كنت حاملاً، و/أو لديك طفل دون سن السادسة: قومي بتركيب مرشح ماء في نهاية الصنبور. ابحث عن المرشحات المعتمدة من الهيئة الوطنية للإصحاح التي تحتوي على عبارة " NSF-53 للتخلص من الرصاص أو تقليله" على الملصق. للحصول على معلومات حول المرشحات الجيدة، رجاء الاتصال بالرقم 1-800-673-8010 أو زيارة موقع الهيئة الوطنية للإصحاح على www.nsf.org.

إذا كنت ترضعين طفلك بحليب صناعي، ابدئي بالماء البارد من الصنبور وبه المرشح، ثم اغليه واتركيه يبرد. استخدم الماء في خلال ٣٠ دقيقة. وإلى أن يتم الحصول على مرشح، فكري في استخدام الماء المعبأ في زجاجات للشرب وإعداد الحليب الصناعي لطفلك. يمكنك أيضاً أن تفكري في استخدام الحليب الصناعي المجهز مسبقاً للأكل.

صحيفة وقائع

٢. ارضعي طفلك رضاعة طبيعية. إن لبن الثدي هو أصح طعام للطفل ونسبة الرصاص في لبن الثدي هو أقل بكثير من النسبة الموجودة في ماء الصنبور.
٣. في كل مرة لا تستخدم المياه لأكثر من عدة ساعات، يجب أن تفتح الصنبور وتدع الماء يجري حتى يصبح بارداً جداً، ثم دعه يجري لمدة دقيقة واحدة على الأقل. هذا معناه "غسل المواسير".
٤. استخدم الماء البارد في الطهي والشرب حتى بعد غسل المواسير. فالرصاص في المواسير يتحرك بسهولة أكبر في الماء الساخن عن في الماء البارد، لذا تقل احتمالات تلوث الماء البارد.
٥. استبدل مواسير الخدمة من الرصاص التي تخصك. إن دائرة الصحة بتورونتو تنصح بشدة أن تستبدل الجزأين الخاصين بمواسير الخدمة، الجزء الخاص بالمدينة والجزء الخاص بك. إذا تم تغيير جزء واحد فقط من الجزأين فعليك اتباع الخطوات الهامة التالية قبل استخدام المياه في منزلك. للمزيد من المعلومات زر موقع المدينة على www.toronto.ca/health.

نصائح عامة لتقليل التعرض للرصاص:

١. إذا كان بيتك أو شقتك قد بنيت بعد منتصف الخمسينيات، لكن قبل عام ١٩٨٩، يجب أن تغسل مواسيرك بشكل منتظم. استخدم مياه باردة للطبخ والشرب لتقليل الكميات القليلة من الرصاص التي قد تكون في مياهك بسبب سييكة لحام الرصاص الرابط (أو وصلات اللحام) التي قد تكون في نظام السباكة لديك. هذا كل ما يتوجب عليك فعله، حتى لو كنت حاملاً أو تقومين بالرضاعة الطبيعية أو لديك طفل دون سن السادسة أو تقومين بإطعام طفلك بالحليب الصناعي المعد من مياه الصنبور.
 ٢. إذا كنت تعيش في بيت قديم، لا تقم بتنظيف أو كشط الدهان لأنه قد يحتوي على رصاص. فالدهان المستخدم في المنازل المبنية قبل عام ١٩٨٠ يمكن أن يحتوي على الرصاص. ويمكن لهذا الرصاص أن يصل إلى غبار المنزل، لذا تأكدي من تنظيف الغبار بصورة منتظمة باستخدام ممسحة أو قطعة قماش مبللة.
 ٣. يجب على الأطفال غسل أيديهم كثيراً، ولا سيما قبل تناول الطعام والنوم لإزالة أي غبار للرصاص من على أيديهم.
 ٤. لا ترتدي حذائك الخارجي بداخل المنزل. فالتراب الذي في قاع حذائك يمكن أن يحتوي على رصاص أو ملوثات أخرى.
- لمعرفة المزيد حول الغبار والدهان الذي يحتوي على رصاص، انظر صحائف وقائع "حالات التعرض الخفية" الخاصة بدائرة الصحة العامة في تورونتو على الرابط www.toronto.ca/health/hphe/children.htm. ولمعرفة المزيد عن خطط المدينة لإزالة الرصاص من مياه الشرب، زر موقع www.toronto.ca/water.